

# O que diz a direcção Científica sobre...



HELENA JOSÉ

Direcção Científica da Nursing

## UMA LIÇÃO DE VIDA

Num número da revista onde se alude à Abordagem ao Traumatismo Crânio-encefálico; à Dor iatrogénica no doente oncológico e ao Cuidar: uma conduta ética, entre outros temas, considero ser relevante um momento de reflexão sobre a capacidade que cada um de nós, enfermeiros, tem "para ser e estar", de forma presente e honesta.

Não raras vezes, quando os pacientes principiam a expressar-se, existe a tentação de os interromper e dizer "não pense nisso", "vai ver que está tudo bem" mas, a vida profissional, mostrou-me que é preciso parar e escutar os sentimentos das pessoas, que cruzam as nossas vidas, durante o exercício da profissão. Digo-vos: as pessoas em fim de vida foram os meus maiores e melhores mestres, as que me deram verdadeiras lições de vida, e com elas aprendi a ser verdadeiramente enfermeira. Mas, para isso, é preciso ter coragem de as escutar e acompanhar.

Podia reflectir aqui, convosco, um conjunto de ideias, em torno desta temática, mas deixo a cada um de vós, individualmente, essa possibilidade. Para tal, dou o mote, partindo do que entendo, como um dos melhores testemunhos, acerca das necessidades das pessoas em fim de vida. Uma carta, de uma estudante de enfermagem<sup>1</sup>, já conhecida de muitos, (relê-la é, para mim, e sempre, um privilégio), no entanto, certamente, desconhecida de outros, e que aqui ousou transcrever, é o estímulo que vos deixo:

«Sou aluna de enfermagem. Estou a morrer. Escrevo-vos, que são ou serão enfermeiras, na esperança de que o acto de partilhar os

meus sentimentos faça com que, algum dia, sejam mais capazes de ajudar aqueles que vivem uma experiência semelhante à minha.

No momento, não estou internada. Estou fora talvez por um mês, por seis meses, talvez por um ano. Mas ninguém gosta de falar dessas coisas. Na verdade, ninguém gosta de falar muito sobre coisa alguma. A enfermagem deve estar evoluindo, mas eu gostaria que se apressasse. Ensinamos, vulgarmente, a não exagerar na alegria, a omitir a rotina do "está tudo bem", e temos cumprido bem a nossa tarefa. Mas acabamos num vazio silencioso e solitário. Uma vez retirada a rotina do "está tudo bem" só resta, à equipa, a sua própria vulnerabilidade e o seu próprio medo. O paciente que está a morrer, muitas vezes, não é visto como pessoa e, assim sendo, não se pode comunicar com ele como tal. Ele é o símbolo do que cada ser humano teme e do que cada um de nós sabe, pelo menos academicamente, que terá que enfrentar algum dia. O que é que dizem, na enfermagem psiquiátrica, do confronto com a patologia em detrimento tanto do paciente como do enfermeiro? E também se fala muito, sobre o facto de que, antes de poder ajudar alguém, em relação aos seus sentimentos, é necessário conhecer os nossos próprios sentimentos. Quão verdadeiro é esse ensinamento!

Mas, no meu caso, o medo é hoje! E, morrer é agora! Vocês entram e saem rapidinho do meu quarto, dão-me os remédios e avaliam a minha pressão arterial. Será que é por, eu mesma, ser estudante de enfermagem, ou, simplesmente, porque sou um ser humano que percebo o vosso temor? Mas os vossos medos aumentam o meu. Porque têm vocês medo? Sou eu que estou a morrer!

Eu sei que vocês se sentem inseguros, não sabem o que dizer, não sabem o que fazer. Mas, por favor, acreditem em mim, se têm afecto, não há erro possível. Apenas assumam o afecto. É isso, sobretudo, o que buscamos. Pode ser que perguntemos sobre os porquês e os quandos, mas, na realidade, não esperamos respostas. Não fujam – esperem! – Só quero saber se haverá alguém a segurar a minha mão quando eu precisar. Tenho medo. Talvez a morte se transforme em rotina para vocês, mas ela é nova para mim. Talvez para vocês eu não seja especial, mas eu nunca morri antes. Para mim uma vez, a minha vez, é muito especial!

Vocês sussurram sobre a minha juventude, mas, quando alguém está a morrer, será que ainda é assim tão jovem? Tenho muitas coisas sobre as quais gostaria de conversar, e isso não consumiria muito mais do vosso tempo porque, afinal, vocês já passam tanto e tanto tempo aqui dentro... Se pelo menos pudéssemos ser francos e de ambos os lados assumir os nossos medos, tocar-nos uns aos outros. Se realmente se preocupam, será que perderiam tanto do vosso profissionalismo se chorassem comigo? Apenas de pessoa para pessoa? Se assim fosse, não seria tão difícil morrer - num hospital - tendo amigos do lado.»

<sup>1</sup> [carta anónima datada de Fevereiro de 1970, publicada na obra: Kübler-Ross, E. (1975). <1>Death: the final stage of growth<1>. New York: Touchstone. (Embora esta obra surja como da autoria de Elisabeth Kübler-Ross, apenas o prefácio e um artigo, intitulado "Death as part of my own personal life" (119-126), são escritos por esta)].